¡Llevar cerca a su bebé es una maravillosa experiencia que crea un sentimiento de protección y confianza entre hijos y padres!

Reglas para colocar el bebé:

- Piernas en ``ranita´´, levantadas, con las rodillas más altas que las nalgas y ligeramente separadas para el correcto desarrollo de la cadera
- Espalda curvada para proteger la columna vertebral
- Vientre pegado al porteador y sujeción máxima del portabebés, para obtener la mayor superficie de contacto bebé-porteador y conseguir el mejor sostén para ambos

Para saber más:

- www.llevame-cerca.es
- http://redcanguro.org
- www.stillen-und-tragen.de
- www.afpb.fr

Repartido en colaboración con:

Llévame cerca

Enseñanza del uso correcto de fulares y portabebés

Tu instructora más cercana:

Portear el bebé

Porque es beneficioso y como hacerlo

¡Portear los bebés es natural y beneficioso!

Los bebés y niños llevados encima por sus personas de confianza presentan generalmente un mejor desarrollo psicomotor que los niños que no lo son (``mejor´´ no quiere decir ``más rápido´´).

Llevar cargado a su bebé significa atender sus necesidades principales: protección afectiva, atención inmediata, comunicación constante, integración en la rutina diaria, calor y contacto corporal estrecho, favoreciendo con ello el apego y el desarrollo del vínculo porteador – bebé y la lactancia.

Existen las siguientes posiciones para llevar al bebé:

- Delante (erguido o tumbado)
- Encima de la cadera (erguido)
- Sobre la espalda (erguido o tumbado).

Características de un portabebés óptimo:

- Se amolda al bebé y no forma un molde rígido para el bebé
- Se puede ajustar individualmente al bebé y al porteador
- Sostén: bebé está pegado al porteador, Prueba: si el porteador se inclina hacia delante el bebé no se aleja de él.
- Dispone de un soporte para la cabeza del bebé
- La parte del portabebés entre las piernas del bebé forma un puente que llega de una rodilla a la otra (ni más ni menos)
- Facilita una posición correcta del bebé: el tronco erguido, no se inclina hacia un lado, espalda curvada (vista desde un lado)
- Las piernas no cuelgan hacia abajo ni las rodillas se tocan, sino que rodean al porteador y las rodillas están a nivel del ombligo del bebé
- Cómodo para el porteador, tiras anchas, reparte bien el peso
- Lleva manual de instrucciones

Una instructora ayuda a los padres a encontrar el portabebés adecuado a la situación familiar y practica con ellos su uso con el bebé.

Tipos de portabebés:

Fular

Bandolera

Mochila ergonómica

Mei Tai

Fuentes: textos de Llévame Cerca, de un texto de Antje Mattig.

Fotos: privado, Llévame Cerca, de un documento de A. Mattig